Кузнецова И.О.

Современные технологии формирования эмоционального благополучия детей дошкольного возраста

*Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова
(Россия, Ульяновск)*

doi: 10.18411/lj-10-2020-154

idsp: ljjournal-10-2020-154

Аннотация

В данной статье автор делает акцент на важности эмоционального развития в системе дошкольного образования, рассматривает современные технологии формирования эмоционального благополучия детей дошкольного возраста. Особое внимание уделяет игровым технологиям как более эффективным при работе с дошкольниками. Кроме того, автором рекомендованы арт-технологии для формирования эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста. Вышеперечисленные технологии являются привлекательными для дошкольников, находят у детей положительный эмоциональный отклик.

Ключевые слова: эмоциональное развитие, эмоциональное благополучие, игровые технологии, арт-технологии, дети дошкольного возраста.

Abstract

In this article, the author focuses on the importance of emotional development in the preschool education system, examines modern technologies for formation the emotional well-being of preschool children. Author pays special attention to gaming technologies as more effective for working with preschoolers. In addition, the author recommended art-technologies for formation the emotional well-being of preschool children. The above technologies are attractive to preschoolers and they find a positive emotional response in children.

Keywords: emotional development, emotional well-being, gaming technologies, art technologies, preschool children.

Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста является приоритетным в системе дошкольного образования в силу своей особой значимости в социальном развитии ребёнка, в приобщении его к активной целенаправленной деятельности.

В настоящее время не существует точного определения понятия «технология формирования эмоционального благополучия детей дошкольного возраста», в основном оно интерпретируется субъективно каждым учёным и исследователем, применяющим данную технологию.

На основе изученной литературы можно предложить следующую дефиницию данного понятия: «технология формирования эмоционального благополучия детей дошкольного возраста – это психолого-педагогическая технология, предполагающая создание здоровой и благоприятной психологической атмосферы, ориентированной на укрепление психического здоровья дошкольников путем обеспечения для них условий формирования эмоционального благополучия, как в рамках дошкольной образовательной организации, так и в семье, что достигается путём взаимодействия родителей и ДОО» [3].

Авторы современных программ по формированию эмоционального благополучия дошкольников считают, что педагогам системы дошкольного образования необходимо быть крайне внимательными к эмоциональному состоянию каждого ребёнка, способствовать развитию эмоциональной сферы, понимать его душевное состояние, причины душевного дискомфорта и выбирать целесообразные и эффективные формы педагогического воздействия.

Одной из отличительных особенностей ФГОС ДО является изменение способа организации детских видов деятельности: не руководство, а совместная (партнёрская) деятельность взрослого и ребёнка. Совместная деятельность, установка на игру, занимательные формы общения способствуют созданию благоприятного эмоционального фона для установления контактов со взрослыми и сверстниками, обогащают эмоциональную сферу ребёнка.

В современной практике педагоги активно используют игровые технологии для поддержания эмоционального комфорта в условиях группы детского сада. Рассмотрим более подробно игры и игровые упражнения по формированию эмоционального благополучия.

1. Игры на сближение, которые способствуют преодолению трудностей в общении, развитию сплоченности группы, такие как «Волшебный клубочек», «Доброе животное», «Комплименты», «Дружба начинается с улыбки».

Пример игры «Комплименты».

Цель: формирование у дошкольников коммуникативных навыков и доброжелательного отношения друг к другу; развитие как монологической, так и диалогической речи.

Дети встают парами в обруч. (Если игра проводится в первый раз, то дети самостоятельно выбирают себе пару. При последующем проведении можно определять пары по считалке). Воспитатель предлагает детям взяться за руки и произнести друг другу комплимент. В начале комплимент может быть по поводу внешнего вида ребёнка. Далее предлагается произнести комплимент про характер ребёнка, а также про его поступки.

Затем работа продолжается за столом. Каждый ребёнок на цветной бумаге изображает те чувства, которые он испытал после комплимента в свой адрес, затем сравнивает свои эмоции с эмоциями ребёнка, который был с ним в паре. Идёт обсуждение рисунков: воспитатель спрашивает, какие эмоции испытали дети и, что им хотелось изобразить. Иногда на рисунках бывают просто цветные штрихи, а иногда целые картины [7].

2. Игры-перевоплощения, игры-имитации, игры-драматизации создают благоприятный фон для развития у детей воображения и творческих способностей.

3. Разнообразные этюды с музыкальным сопровождением способствуют формированию положительных чувств и эмоций, развитию эмпатии, внимания, памяти, мышления и речи.

4. Игры на снижение уровня тревожности, упражнения на расслабление, релаксация формируют положительные чувства и эмоции, развивают воображение.

5. Дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, артикуляционные упражнения способствуют развитию мелкой моторики, развитию правильной речи, стимулируют развитие психических процессов.

Кроме вышеперечисленных игр и упражнений, для развития эмоциональной сферы, необходима целенаправленная совместная организованная образовательная деятельность, в ходе которой дети графически изображают различные эмоциональные состояния, что способствует обогащению знаний об эмоциях, знакомятся с опытом сверстников, обсуждают какие чувства переживали герои литературных произведений.

Развитию эмоционального благополучия детей способствует проведение *психогимнастических упражнений*. Это условие, которое не предусмотрено нормами организации жизнедеятельности ДОО, однако рекомендовано психологами и медицинскими работниками. Психогимнастика, по мнению Е.А. Алябьевой, М.И. Чистяковой, представляет собой специальные занятия (этюды, игры, упражнения), направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка, его познавательной и эмоционально-личностной сферы. Основная цель занятий по психогимнастике - овладение навыками управления своей эмоциональной сферой:

развитие у детей способности понимать, осознавать свои эмоции и чувства окружающих, правильно их выражать и полноценно переживать [1].

Кроме того, обучение детей выражать и регулировать свои эмоции осуществляется с помощью *арт-технологий* и психологических упражнений, направленных на снятие неприятных эмоциональных переживаний. Арт-технология — это форма изменения эмоционального состояния, которой многие люди пользуются (осознанно или нет), чтобы снять психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться.

Сказкотерапия — это удивительное по силе психологического воздействия средство работы с внутренним миром ребёнка, мощный инструмент его гармоничного развития. Раскрывая значение сказкотерапии для дошкольников, А.А. Осипова обращает внимание на то, что этот метод использует сказочную форму для расширения сознания, интеграции личности, развития творческих способностей, улучшения взаимодействий с окружающим миром ребёнка [6].

Камнетерапия — доступный и эффективный способ психотерапевтического воздействия на эмоциональную сферу ребёнка. В процессе работы с камнями дети непроизвольно получают возможность выразить свои чувства и эмоции. Для камнетерапии используются разноцветные камушки для аквариумов. Использование на занятиях камней способствует воспитанию бережного, заботливого отношения к природе. Дети с большим удовольствием работают с этим природным материалом, перебирая камушки в руках, становятся более спокойными, уравновешенными, быстрее раскрываются, рассказывая о своих переживаниях.

Музыкотерапия — одно из направлений арт-терапии, которое помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии. Каждое утро в дошкольных образовательных организациях начинается с утренней гимнастики, которая проводится под ритмичную музыку, что способствует формированию оптимистического и жизнеутверждающего мировоззрения дошкольников, гармонизации их внутреннего мира.

Детям трудно осознать свои психологические проблемы, они еще не умеют ясно выражать свои мысли и эмоции, но умеют рисовать, лепить, строить, играть и фантазировать, поэтому методы арт-терапии позволяют детям выразить свое состояние через рисунок, сказку, пластилиновую и каменную фигурку.

Таким образом, совместное использование вышеперечисленных методов и игровых технологий влияет на снижение уровня тревожности, страха, агрессии, помогает обрести уверенность в своих силах, получить положительные эмоциональные переживания, обучиться конструктивным способам общения и социально-ориентированным моделям поведения.

1. Алябьева, Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2003. - 88 с.
2. Вайнер, М.Э. Игровые технологии коррекции поведения дошкольников. Учебное пособие / М.Э. Вайнер. - М.: Педагогическое общество России, 2005. - 375 с.
3. Ермолаева, М.В. Особенности и средства развития эмоциональной сферы дошкольников / М.В. Ермолаева. - М.: Московский психолого-социальный университет (МПСУ), 2016. - 757 с.
4. Кайль, Д. Г. Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей 6-7 лет. Программа театрально-игровой деятельности. Планирование. Занятия / Д.Г. Кайль. - М.: Учитель, 2014. - 132 с.
5. Михайлова, З.А. Игровые занимательные задачи для дошкольников. Пособие для воспитателей детского сада / З.А. Михайлова. - М.: Просвещение, 2015. - 96 с.
6. Осипова, А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие / А.А. Осипова. - М.: ТЦ Сфера, 2002. - 512 с.
7. Стебленко, С. А. Маленький лидер. 77 готовых занятий по развитию эмоционально-волевой и познавательной сфер у детей / С.А. Стебленко. - М.: Феникс, 2011. - 224 с